Nr. 7. Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



F. v. Hetsch.

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE.

ROK III. Nr. 7.

MŁODA MATKA

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT SIEDMIU

POPIERANY PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

PIERWSZY ZESZYT KWIETNIOWY 1929 R.



Dziecko czteromiesięczne.





Dziecko siedmiomiesięczne. Dziecko dziewięciomiesięczne.

O świątecznem „objadaniu się” u dzieci

Wielkanoc! Stół przystrojony świątecznie. Ożywienie w domu, nastrój radosny. W szeregu domów w okresie przedświątecznym suszono, więc i chęć do skosztowania szeregu dań, ustawionych na stole, jest wielka. Parę kieliszków mniej lub więcej zacnego trunku usposabia przychylnie każdego do świata, jak więc odmówić i prośbie dziecka, czy to o piernik, czy to o jajko, pomarańczę, szynkę, cukierek, bigos, kawałek tortu, sardynkę, a nawet i o kieliszek wina, lub „tylko kropelkę“ wódki lub likieru. A gdy wieczorem dziecko zaczyna uskarżać się na ból głowy, osłabienie, gdy występują wymioty, rozwolnienie a często i gorączka, rodzice biedzą się nad pytaniem, coby to dziecku mogło zaszkodzić. Ojciec wspomina o tłustej szynce, ciotka myśli o „tych sardynkach“, tylko babcia nie ma wątpliwości: przyczyną choroby jest otwarte okno — „przecież to nie lato, żeby okna odmykać“.

Lampa przyćmiona, na podłodze przy łóżku chorego — miednica, w powietrzu unosi się przykra woń, twarze zaniepokojone, zakłopotane... Choroba popsuła święta. „I tak rok rocznie, mówi mama, zawsze na święta musi zachorować“.

Z temi cierpieniami spotykają się lekarze bardzo często podczas świąt wielkanocnych.

Dziecko choruje naskutek przejedzenia się, naskutek przeładowania go szeregiem pokarmów trudno strawnych, a często nieodpowiadających jego wiekowi. Podobne przekroczenia spotykamy nietylko w domach mniej kulturalnych lecz również i w domach inteligencji. Na okres świąteczny idą w kąt wszelkie obowiązujące przepisy djetetyczne. „Raz do roku nie zaszkodzi“ — jest to sposób rozumowania otoczenia. Co prawda, podobne przekroczenia spotykają się częściej niż raz do roku, lecz ze szczególnem upodobaniem dzieci są przekarmiane na Wielkanoc.

Dziecko je właściwie przez cały dzień. Ośrodkiem życia podczas świąt jest stół świąteczny, przy stole ruch, ożywienie. Dziecko uwija się przy stole, ono więcej niż kto inny odczuwa nastrój świąteczny, wszystko je cieszy, bawi; ono również bierze czynny udział w całodziennej uczcie. Skutek—choroba wieczorem lub dnia następnego.

Przyznajmy się szczerze, jest coś odrażającego w tem „objadaniu się“ świątecznem, nie mówiąc już o skutkach w nadmiernej ilości spełnionych kieliszków przez dorosłych. Lecz o ile dorośli mniej boleśnie przenoszą skutki tego, to szereg dzieci przechorowuje jednak ten przestarzały

zwyczaj. Rodzice, którzy nigdy nie zgodziliby się na podobny system odżywiania w dzień powszedni, winni pamiętać o tem, że zdolność trawienia dzieci podczas świąt bynajmniej nie ulega zmianie. Stąd wniosek — więcej ładu podczas świąt, a dzieci nie będą psuły swoją chorobą uroczystości świątecznych.

Dr. S. Popowski.

Wybór letniska

W poprzednim numerze omawialiśmy sprawę wyboru letniska przeważnie pod kątem widzenia warunków mieszkaniowych i zdrowotnych.

Dziś chcielibyśmy poruszyć ogólnie znaną bolączkę bezkrytycznego, iście owczego pędu do pewnych bardziej popularnych uzdrowisk.

PaniX. w ubiegłym roku była nad morzem. Jej zdrowe, pod każdym względem bez zarzutu dzieciaki opaliły się, rozrosły, zahartowały. Pod wpływem tak oczywistych dowodów skuteczności pobytu nad morzem wyjeżdżają w bieżącym roku liczne jej krewne i znajome. Fałszywy wybór letniska pociągnie ze sobą szkodliwe działanie klimatu morskiego. Córeczka pani Y., która od dłuższego czasu zapada na zapalenie miedniczek nerkowych, będzie narażona na obostrzenie sprawy chorobowej. Synek zaś pani Z., który często miewa stany podgorączkowe, najprawdopodobniej nie poprawi się tak, jakby to mogło nastąpić w lesistej podgórskiej miejscowości.

Przykładów takich możnaby przytoczyć mnóstwo, gdyż w większości przypadków przy wyborze uzdrowiska odgrywa rolę szereg względów natury ogólnej jak towarzystwo, rozrywki i t. p., a na samym końcu bierze się pod uwagę wskazania lecznicze.

Jeżeli już wybór miejscowości został trafnie ustalony, to i wtedy popełnia się ogólny błąd, jadąc do najbardziej znanych i odwiedzanych uzdrowisk lub zdrojowisk. Jeździmy do Otwocka, Ciechocinka, Rabki, Zakopanego, zapominając, iż istnieje w kraju szereg jednakowo skutecznych źródeł i również pięknie położonych miejscowości.

Zastrzegamy się, iż w zupełności nie chcemy pomniejszać wartości leczniczej wymienionych miejscowości kuracyjnych, dobrze znamy ich zalety, o których w swoim czasie szczegółowo pisać będziemy. Pragniemy tylko zwrócić uwagę na szereg innych, nie mniej wartościowych.

Dziecko przebyło grypę. Przez dłuższy czas ma stan podgorączkowy. Wyjeżdżamy do Otwocka. Naturalnie do pensjonatu, bo to wszak najłatwiejsze, jeśli chodzi o parotygodniowy pobyt. Zapominamy jednak zupełnie, że w tym samym pensjonacie znajdują się również dorośli, chorzy na płuca, że w ten sposób dziecko narażamy na zakażenie gruźlicą w okresie najniepomyślniejszym, bo w

okresie osłabienia po przebytej grypie.

Innym razem wyjeżdżamy do Rabki z dzieckiem wątłem, często zapadającem na nieżyty górnych dróg oddechowych, z licznemi powiększonemi gruczołami chłonnemi. Wybór dobry; klimat podgórski, solanka powinny dać dobre wyniki lecznicze. Nie zapominajmy jednak, jak wiele dzieci zołzowatych, z kostną gruźlicą i gruczołową znajduje się w otoczeniu. A weźmy pod uwagę trudności mieszkaniowe i drożyznę, którą one powodują. Przyjdziemy wtedy do przekonania, że o wiele łatwiej uzyskamy te same rezultaty w każdej innej podgórskiej miejscowości posiadającej źródła słone.

A wyjazdy do Ciechocinka. Niejednokrotnie wyjazd z dziećmi młodszemi, zwłaszcza niemowlętami odbija się szkodliwie na ich zdrowiu ze względu na przesycenie powietrza solą w pobliżu tężni.

Nie mniej błędów popełniamy zazwyczaj, wyjeżdżając do Zakopanego z młodemi dziećmi. Pomijając już możliwość zakażenia gruźlicą, tak częstą wśród kuracjuszy zakopiańskich, wystawiamy dziecko na działanie ostrego klimatu, wysokogórskiego. Na domiar złego przeludnienie, panujące w Zakopanem w sezonie letnim, stwarza już samo przez się niepomyślne warunki dla dziecka jak zgiełk, kurz i t. d.

Przytoczyliśmy powyżej kilka bardziej jaskrawych przykładów niewłaściwego wyboru letniska. Zastanawiając się nad przyczynami częstości tego zjawiska, w pierwszym rzędzie należy uwzględnić warunki komunikacyjne i mieszkalne. Przyznać ze smutkiem należy, że bardzo liczne z naszych uzdrowisk nie odpowiadają pewnemu minimum wymagań pod obu powyższemi względami. Sądzić jednak wolno, iż jedynym środkiem zaradczym pod tym względem jest liczniejsze odwiedzanie mniej znanych miejscowości. Dzięki temu zdobędą one środki do lepszego rozwoju. **Dr. Paweł Baumryter.**

O wrażeniach smakowych u niemowląt

Już noworodki reagują na pewne wrażenia smakowe szczególnie o charakterze nieprzyjemnym (gorzki, kwaśny, słony) marszczeniem czoła, zamykaniem powiek, otwieraniem lub ściąganiem buzi; dziecko unika przytem ruchów połykowych, a wydzielająca się obficie ślina usuwa substancję o nieprzyjemnym smaku.

Odwrotnie wrażenia smakowe przyjemne wywołują u niemowląt ssące ruchy warg i języka. Cukier jest chętnie przyjmowany przez większość niemowląt. Noworodki i młode niemowlęta reagują zdaje się wyłącznie na wrażenie przyjemnego i nieprzyjemnego. Rodzaj wrażenia nieprzyjemnego nie odgrywa roli. Z mimiki dziecka nie można odróżnić z jakiego rodzaju nieprzyjemnem wrażeniem ma ono do czynienia.

Wrażliwość niemowląt na różne odcienie wrażeń smakowych bywa b. duża. Jeżeli podaje się niemowlę-

ciu, przyzwyczajonemu do pewnego pokarmu, — jedzenie o innym smaku niż zazwyczaj (np. mniej osłodzone), bywa trudno czasami przezwyciężyć opór dziecka.

Niemowlę opiera się **każdemu nowemu** wrażeniu smakowemu i musi przez pewien czas przyzwyczajać się, aż powstanie nowy rodzaj „automatyzmu" smakowego. Im dziecko jest młodsze, tem łatwiej przyzwyczaja się; później wchodzą w grę prócz wrażeń smakowych inne czynniki (sposób karmienia, osoba karmiąca, gęstość pokarmu). Trudności te można i należy w swoim czasie stopniowo przezwyciężać.

Matki zazwyczaj starają się dawać dziecku to, co mu smakuje, idąc po linji najmniejszego oporu dziecka. Prowadzi to nieraz później do wielkich trudności w odżywianiu.

Nie trzeba zapominać, że odruch niemowlęcia na wrażenia smakowe nie zawsze jest celowy i nie należy wyciągać pośpiesznie wniosku, że jedzenie, którego niemowlę nie chce przyjmować, jest dla niego nieodpowiednie. Następstwem tego byłoby zbyt jednostronne odżywianie.

Niemowlę nie potrafi odróżnić smakowo jedzenia pożytecznego dla siebie i szkodliwego. Np. może mieć niechęć do pokarmu naturalnego (podanego z flaszki) a chętnie pić mleko krowie. Podkreślimy więc jeszcze raz trzy zasadnicze punkty reagowania niemowląt na wrażenia smakowe.

1) Niemowlę reaguje przedewszystkiem na wrażenia przyjemne — nieprzyjemne.

2) Niemowlę opiera się przez pewien czas **każdemu nowemu** wrażeniu smakowemu.

3) Niemowlę przyzwyczaja się do monotonji wrażeń smakowych.

Stąd musimy wnioskować, że nie trzeba zbytnio przejmować się jednostajnością smakową pokarmu niemowlęcego. Lecz z drugiej strony, pamiętając o oporze, sile przyzwyczajenia i reagowaniu przedewszystkiem na przyjemne — nieprzyjemne (a nie na pożyteczne — szkodliwe) należy w odpowiednich okresach czasu przyzwyczaić niemowlę do nowych wrażeń smakowych. Jest to niezbędne nie dlatego, że monotonja smakowa szkodzi mu, lecz z konieczności wprowadzania nowych składników pokarmowych (sok owocowy, jarzyny, kaszki). Jeżeli nie zrobimy tego we właściwym czasie — napotkamy na coraz większe trudności; należy postępować systematycznie i stopniowo. Niema niemowlęcia, któregoby nie można nauczyć jeść jarzyny. Jeżeli napotykamy na zbyt wielkie trudności, nic nie stoi na przeszkodzie, aby jarzyny początkowo słodzić cukrem, stopniowo przechodząc do jarzyn niesłodzonych.

Niektóre niemowlęta mogą mieć zaburzenia w odczuwaniu wrażeń smakowych, mianowicie przytępienie odczuwania. Zdarza się to szczególnie często u chorych na krzywicę, pozatem przy sprawach miejscowych w jamie ustnej (pleśniawki, osad na języku i t. p.). Wynikiem obniżonej wrażliwości smakowej może być brak łaknienia, który należy zwalczać przez leczenie zasadniczego cierpienia.

Dr. J. Wiszniewski.

O wyprzeniach i zapobieganiu im

Wyprzenia są to stany zapalne skóry, powstające w miejscu, gdzie jest ona drażniona uciskiem, tarciem, brakiem dostępu powietrza i rozmaitemi wydzielinami lub wydalinami t. j. potem, moczem lub stolcem. Wyprzeniu najłatwiej ulegają dzieci tłuste, u których bogata podściółka tłuszczowa tworzy liczne fałdki na szyi, w pachwinach i t. p. Wyprzenie przedstawia się w formie ostrego zaczerwienienia, które zczasem przechodzi w sączenie, moknienie. Miejsce to jest bolesne i swędzi mocno. Dzięki obecności wyprzeń dziecko staje się niespokojne, grymaśne, płacze często i źle sypia.

Miejscem, gdzie wyprzenia najczęściej występują, są właśnie te miejsca, gdzie w fałdkach dwie powierzchnie skóry przylegają do siebie; do miejsc tych z trudnością dostaje się powietrze, a zatrzymuje pot i wydaliny, które skórę drażnią i dają moknące wyprzenia. Obok części płciowych i pachwin, wyprzenia powstają w zgięciach łokci, pod kolankiem, pod szyjką. Prócz tarcia i zatrzymywania się wydzielin sprzyja wielce wyprzeniom przegrzewanie dziecka, t. j. zbyt ścisłe owijanie go w barchanowe pieluszki, puchowe pierzynki, wełniane koce i t. d. W wypadkach takich wyprzenie powstać może u dzieci nawet b. czysto i higjenicznie utrzymanych, u dzieci zupełnie szczupłych. Gra tu często rolę niechęć niańek do prania i chęć zaoszczędzenia sobie pracy; by więc dziecko nie zmoczyło wsypek i prześcieradełek, owija się je w pieluchę, a następnie dużym kawałem ceraty owija dookoła, wraz z nóżkami. Po wypróżnieniach więc lub zmoczeniu się leży nieszczęsny delikwent do rana jakby w kataplaźmie z wydalin, oddając kilkakrotnie mocz. Skóra między nóżkami pod drażniącym wpływem wydzielin a przy zupełnym braku dostępu powietrza czerwienieje, moknie, swędzi i boli.

Zapobieganie powstawaniu wyprzeń polega jedynie na czystości, częstem przewijaniu dziecka i kąpaniu i higjenicznem zasypywaniu pudrem. To wszystko!

W wyjątkowych wypadkach wyprzeń należy pod kierunkiem lekarza pedjatry zmienić i uregulować odżywianie nadmiernie tłustego dziecka.

Przy wyprzeniach, które się już wytworzyły, zalecam kąpiele z krochmalu (szklaneczka na wanienkę) z taniny (3 łyżki na wanienkę) z kory dębowej lub wygotowanych otrębów.

Pozatem zasypywanie odparzonych miejsc pudrem cynkowym, lub lepiej stosowanie maści łagodzących i pudru. Przy wyprzeniach wywołanych biegunką, dobrze jest okolicę kiszeczki smarować oliwą. W wypadkach b. silnych odparzeń znakomite wyniki daje kilkakrotne zapędzlowanie odparzeń 1% lapisem.

Widzimy więc, że wyprzenia dają się przy starannej opiece łatwo usunąć, lepiej jest jednak nie dopuścić wcale do ich powstania, co leży w zupełności w granicach starań troskliwej matki. **Dr. J. Mozołowska.**

O jarzynach strączkowych w dietetyce dziecka

Jarzyny strączkowe przedstawiają bardzo pożyteczny składnik diety dziecięcej poczynając od 6 kwartału życia. W pierwszym roku życia, a zatem w okresie, w którym mleko stanowi najważniejszy składnik pożywienia, jarzyny strączkowe nie nadają się zupełnie.

Są one bardzo bogate w białko, nadmiar którego w normalnej diecie zdrowego niemowlęcia może być niepożądany. Pozatem znajdujemy w nich stosunkowo większą zawartość soli, niż w innych jarzynach.

Wartości odżywcze jarzyn suchych od świeżych w praktyce mało stosunkowo się różnią między sobą. Jarzyny suche w gotowaniu nabierają tyle wody, że wartość odżywcza przygotowanego purée równa się przeciętnie czwartej części tej wartości, którą będzie zawierać wzięta w takiej samej objętości sucha jarzyna. Jarzyna świeża traci na wartości w gotowaniu znacznie mniej, a nieraz zyskuje jeśli chodzi o takie, które w gotowaniu tracą wodę.

Naogół jarzyny strączkowe przygotowuje się wadliwie, gdyż gotuje się je w nadmiarze wody, którą następnie się odlewa. W ten sposób pozbawia się przygotowaną potrawę pożytecznej domieszki soli zawartych w jarzynie. Uwzględniając konieczność wprowadzenia do rozwijającego się, rosnącego ustroju dostatecznej ilości soli, należy jarzyny gotować w małej ilości wody i dodać ją do przetartej jarzynki.

Jarzyny strączkowe należy podawać wyłącznie w postaci dokładnie przetartej, gdyż w przeciwnym razie mogą być ciężko strawne ze względu na zawartość błonnika. W tej formie jarzyny strączkowe winny być podawane do piątego, szóstego roku życia. W pewnych razach, gdy chodzi o dzieci, cierpiące na nawykowe zaparcie stolca, zawartość błonnika w diecie jest nader korzystna. Dziecko 15 miesięczne może otrzymać purée z jarzyn strączkowych 2 — 3 razy w tygodniu na obiad (w zupie lub z jarzyną zieloną), albo też jako oddzielne danie. Podawanie purée z jarzyny strączkowej zaczynamy od jednej łyżeczki od herbaty i w 2-im roku życia nie przekraczamy 3 łyżeczek. Najchętniej zalecamy jarzyny strączkowe dzieciom drobnym, wątłym, gdyż dzięki wprowadzeniu tą drogą białka osiągamy pomyślny rozwój i przyrost wagi. Należy tu jednak nadmienić, że cel ten nie zawsze daje się osiągnąć przez wprowadzenie białka roślinnego i że niekiedy zmuszeni jesteśmy uciec się do białka zwierzęcego, zawartego w mięsie.

Jarzyny strączkowe nie wywołują naogół zaburzeń w trawieniu. Ponieważ zawierają one dużo białka, starać się musimy przygotować z nich potrawy nie tłuste. Z tego względu pożądany jest dodatek węglowo-

danów—mianowicie mąki, najlepiej w postaci zaprażki. Dzięki wprowadzonym jednocześnie wodanom węgla (mąka) dziecko łatwiej traw' białko i tłuszcz (masło).

W ten sposób możemy przyrządzić purée z groszku zielonego lub żółtego, fasolki i fasoli. Powiększamy w ten sposób jadłospis dziecka o potrawę nową, przez to samo już chętnie widzianą a jednocześnie zdrową i pożywną. **Dr. P. B.**

Jak odpowiadać na trudne i drażliwe pytania dzieci

Przed nami — tysiące twarzyczek, rozżarzonych żądzą wiedzy, tysiące ocząt pałających ciekawością i usząt chwytających każde słowo z ust nanaszych, każdy dźwięk — będący dla nich wyrocznią.

Świat dziecięcy! Świat Milusińskich naszych — wpatrzonych, wsłuchanych, ufnych i oczekujących od nas odpowiedzi na te liczne pytania, które stawia życie, dyktuje wyobraźnia dziecięca!

Czyż jesteśmy w stanie wam czegobądź odmówić? Gwiazdki z nieba, szybki z okna radzibyśmy wam użyczyć. Ale wy o to nie dbacie. Wy żądacie i to zaraz, jasnych, prawdziwych odpowiedzi na dręczące was pytania. Wy szukacie rozwiązania dla tłoczących się w waszych mózgach zagadnień.

A oto mamusie wasze i wasi ojczulkowie, babcie, ciocie, wychowawcy i wychowawczynie, jakże często stają bezradni i zakłopotani wobec waszych pytań. Czują oni dobrze, że autorytet ich i zaufanie, jakie do nich macie, a może i przywiązanie i szacunek wzrastają w miarę, gdy w oczach waszych stają się wyrocznią, wszystko wiedzącemi, wszechmądremi istotami. Jednakże pomimo, że wiedza ich o wiele przewyższa waszą, jakże często przekonywują się, że zaspokoić ciekawość dziecięcą nie jest tak łatwo, jak często zmuszeni są do dawania odpowiedzi wymijających, sprzecznych z prawdą i nauką, lub zgoła was niezadawalających. To znów uchylają się zupełnie od udzielenia jakichbądź wyjaśnień, zezwalając na powstawanie w głowach małych ciekawskich szeregu nowych zwątpień, piętrzących się niekiedy w sposób zatrważający. A prawda, czy zaspakaja zawsze? Czy przyjęta jest tak, jak na to zasługuje? Bynajmniej. Prawda was mrozi, odpycha, często zniewala do zamykania się w sobie, w świecie czarownym, złud i baśni. Zważmy, że te istoty, które napozór radeby wszystko wiedzieć, wszystkiego dociec, za mało odporne są na realizm życiowy, na przyjęcie prawdy nagiej, tak często okrutnej, bezwzględnej, a co najważniejsze dla większości dzieci tak niezrozumiałej, tak mało ciekawej...

Czyż powiem małej córeczce, że tatuś dlatego powraca tak późno do domu, że gra po nocach w karty, lub zabawia się w sposób całkiem niesto-

sowny? Czy mam wyjaśnić pytającemu dziecku, że posługaczka dostała się do więzienia za zabicie własnego dziecka, zrodzonego „we wstydzie i hańbie"? Czy mam mu wyjaśnić swój własny pogląd na te sprawy?

A nauka, czysta nauka, czy może być zawsze spopularyzowaną, i czy popularyzowanie zagadnień w rodzaju: co to jest nieskończoność, byt i t. p. jest zawsze pożądane? A odejmowanie dziecku świata ułudy, brutalne zdzieranie zasłony tajemniczości, jaką ono samo otacza te gaje zaludnione krasno- i ziemno-ludkami, te zamki kryształowe, pałace lodowe, szaty z promieni słonecznych i gwiazdek tkane, te niebiosa, przez anioły i duszki rozmaite zamieszkałe — czyż naprawdę jest wskazane i konieczne? I to w imię prawdy? Wątpiących spróbuję przekonać, że tak nie jest.

Pedagogowie współcześni (Pabst Dewey, amerykański pragmatysta i inni uczą, że dziecko, w rozwoju swym przechodzi przez okresy ewolucji całej ludzkości, t. zn.: przez dzikość i barbarzyństwo kroczy ku cywilizacji. Ontogenja (rozwój gatunku) jest powtórzeniem — oczywiście w skróceniu — filogenji (rozwoju rodzaju). Jest to prawo biologiczne, przeniesione na rozwój psychiczny. Jest to t. zw. prawo psychogenetyczne.

W konsekwencji tego prawa winniśmy ustalić, że tak jak człowiek pierwotny wszelkie zjawiska w świecie tłomaczył sobie wyłącznie interwencją sił nadprzyrodzonych, tak jak lubował się on w tworzeniu baśni i mitów i z trudnością i tylko bardzo stopniowo przyjmował naukowe wyjaśnienia — sprzeczne z pierwotną zabobonną i trwożliwą jego naturą— tak podobnie jest z dzieckiem. Musi ono przejść przez stopnie rozwoju, przez które przechodzili jego dalecy przodkowie, odbyć długą drogę duchowej ewolucji, zanim sięgnie po owoce czystej nauki i cywilizacji.

Dziedziczność, otoczenie, atmosfera, mniej lub więcej intelektualna i kulturalna opóźnia lub przyśpiesza tę chwilę. Jednakże zbytni pośpiech mści się a niepożądane wyniki wykażą niezbicie, prędzej czy później szkodliwość tego pośpiechu, podobnie jak rozdrapywanie i obnażanie ledwie rozwijającego się pączka krzewu na wiosnę gubi liść lub owoce.

Zawiódłby się każdy, ktoby sądził, że w artykule tym znajdzie konkretne odpowiedzi na te lub owe pytania dziecięce.

Zadaniem tej drobnej pracy jest raczej przypomnienie znanych zresztą skądinąd danych o rozwoju dziecka w sferze zainteresowań jego w każdym poszczególnym okresie, w wieku od niemowlęctwa do czasu, gdy dziecko rozpocznie normalną naukę w szkole, pobudzanie myśli i uwagi wychowawców w kierunku pilniejszej obserwacji dziecka, by między innemi, być w stanie w chwili stosownej odsunąć cały szereg dręczących dziecko wątpliwości, uprzedzić cisnące się na usta jego zapytania, odwrócić w inną stronę niezawsze w pożądanym kierunku, budzącą się uwagę i ciekawość. Stratz, Dufestel, Claparede i in. podają szczegółowo

stadja i okresy zainteresowań dziecięcych. Rozpatrując je widzimy, że niemowlę zajmuje świat otaczający „in toto", rzeczy konkretne, w całości: jest to okres zainteresowań postrzegawczych, czyli synkretycznych zmysłowych, objektywnych. Dziecko rzuca, chwyta, patrzy, słucha, dalekie od badania przyczyny, od chęci dowiedzenia się jak się co robi i skąd powstaje. Widząc światło za każdym razem, gdy się roleta podnosi, wzrokiem pyta co rano: co to? Czy i dziś się to samo powtórzy? Pyta bez świadomości, że pyta, że eksperymentuje, że chce wiedzieć.

Faktem jest, że dziecko pyta, zanim mówić zacznie, zanim w umyśle jego skrystalizuje się wyraźnie pierwsze pytanie. Pyta przed tem nim twierdzi, zaprzecza zanim wyraźnie zdaje sobie z czegoś sprawę.

Ktoś dzwoni, stuka do drzwi, dziecko zwraca główkę w tę stronę, skąd go dochodzą odgłosy. Wchodzi tatuś, lub jakiś gość. Po chwili bierzemy dziecko na ręce, wychodzimy z niem za drzwi mieszkania, dzwonimy, próbujemy razem z niem, jego drobną rączką dzwonić, pukać i ktoś nam drzwi otwiera. Ile radości, zabawy o ileż bogatszem w doświadczenie staje się dzecko w tej chwili! I czyż ten postępek nasz nie będzie nie będzie najlepszą odpowiedzią na nieme zapytanie dziecka?

Dajemy dziecku grzechotkę. Dźwięk, jaki wydaje, wkrótce mu się sprzykrzy. Natomiast bawi je hałas jaki grzechotka wydaje, spadając na ziemię, intryguje jej znikanie. Nie gderać tedy za rzucanie przedmiotu na ziemię, nie gniewać się na dziecko, ale naśladując dźwięk i ruch wołać: „pada", „niema" i t. p. i pytać: „a gdzie jest"? „poszukajmy". I znowu gotowe odpowiedzi na nieme pytania, a więc zaspakajanie ciekawości dziecka.

Dziecko przeżywa okres myślistwa: szpera, szuka, zagarnia, chwyta, rzuca, łapie i okres ten trwa dalej obok zainteresowań mownych, które się rozwijają oczywiście z rozwojem mowy, poprzedzonej t. zw gaworzeniem. Dziecko chce wiedzieć jak się co nazywa. Pierwszem tedy pytaniem będzie: „co"?, „co to"?. Odpowiedzi nasze winny być krótkie: „to okno", „to — krówka, konik, samochód, samolot", i t. p. Wyjaśnienia wszelkie, w rodzaju tłomaczenna użytku przedmiotu i t. p. nie są bynajmniej na tym stopniu rozwoju wskazane.

Dr. C. Trzcińska-Bańkowska.

D. c. n.

O autorytet rodziców

Obserwując nieraz wzajemne współżycie między rodzicami a dziećmi, niejednokrotnie rzuca się w oczy, niejednakowe ustosunkowanie się dziecka do ojca i matki. Jedno z dwojga rodziców jest zwykle niezachwianym autorytetem, gdy do osoby drugiej, dziecko odnosi się z pewną niechęcią, lub też lekceważeniem. Bezwzględnie jest to objaw bardzo

ujemny, wnikający głęboko w psychikę życia rodzinnego, wnoszący ostry rozdzwięk i niweczący harmonję i ciepło atmosfery domowej.

Gdzie należy szukać źródła tego rozdźwięku?

Najczęściej rodzice ponoszą winę, gdyż stosunek dzieci do rodziców jest sprawdzianem tego, co rodzice potrafili dać z siebie i czy zastosowali system wychowawczy, odpowiedni do konstrukcji psychicznej dziecka.

Kształtowanie się duchowości i charakteru dziecka zależne jest od szeregu drobnych, nieuchwytnych wrażeń i percepcji. Dziecko reaguje bardzo silnie na wrażenia, odbierane ze świata zewnętrznego, chłonie je całą swą istotą i z nieubłagana logiką wyciąga z nich wnioski; przytem ma duże skłonności do naśladownictwa i stara się upodobnić we wszystkiem do osoby, która najwięcej mu imponuje i największy nań wpływ wywiera.

Budzący się intelekt przyswaja sobie najłatwiej to wszystko, na co patrzy od lat najmłodszych i otaczająca dziecko atmosfera kształtuje i stwarza jego świat duchowy.

Życie wewnętrzne rodziców, jego bogactwo i poziom etyczny, są podstawami walorów, z któremi dziecko pójdzie kiedyś w życie. Z domu rodzinnego dziecko powinno wynieść wspomnienia ciepła, wzajemnej serdeczności i szacunku.

Nieszczęśliwy zbieg wydarzeń łączy jednak nieraz w małżeństwie jednostki o zupełnie obcych sobie duchowościach, które nie mają żadnych ideałów i umiłowań wspólnych. W tych warunkach łatwo bardzo o głębokie konflikty wewnętrzne, przejawiające się na zewnątrz w formie wzajemnej krytyki, ostrych starć i wymówek. Dziecko jest najgłębiej pokrzywdzone pośród nieporozumień rodziców, gdyż odebrane mu jest podłoże do normalnego, dodatniego rozwoju duchowego.

W domu powstają zazwyczaj dwa zwalczające się obozy i dziecko bardzo wcześnie jest wciągnięte w krąg tych niesnasek. Gdy jest jeszcze bardzo małe, zachowuje się biernie, jednak wkrótce zajmuje świadomie określone stanowisko. Staje się sędzią swych rodziców, nie rozumiejąc zupełnie tła, na którem powstały rozdźwięki między nimi. Dziecko broni zwykle tej osoby, z którą ma większą łączność i która tem samem większy nań wpływ wywiera. Jednocząc się walce duchowej z matką obala bezkrytycznie autorytet ojca, lub też odwrótnie wspólnie z ojcem pomija znaczenie matki. Życie rodzinne zostaje zniweczone i pozbawione wszelkich podstaw.

Rodzice są odpowiedzialni za tę krzywdę, uczynioną dziecku, ich wzajemne nieporozumienia nie powinny przekraczać pewnych granic. Atmosfera, którą oddycha dziecko powinna pozostać mimo wszystko niezmącona i ciepła. Zapewne jest to wysiłek, wymagający ogromnego napięcia woli, ale równocześnie jest to elementarny obowiązek wobec dzieci. Zdarza się także, że i w najszczęśliwszych małżeństwach autorytet rodziców nie jest jednakowy — wynika to wówczas z pewnych drobnych nietak-

tów wychowawczych. Nieraz matka, żartując ośmieszy pewien rys charakteru ojca. Dziecko nie zawsze zrozumie żart, a często pochwyci jedynie pewną wyrażoną naganę.

Często rodzice mają odmienne poglądy na pewne kwestje, dotyczące wychowania i w obecności dziecka toczy się dysputa. Zostanie wyrażone pewne twierdzenie, jako odpowiedź padnie negacja. O ile negację wyraziła osoba, mająca większy wpływ na dziecko, wtedy to przeczenie stanie się podstawą do częstej opozycji dziecka w stosunku do osoby drugiej. Szereg takich nietaktów, powtarzających się często osłabi powoli wpływ i znaczenie ojca lub matki. Stanie się to nieuchwytnie, bez niczyjej złej woli, jednak uczynione zło będzie duże.

Rodzice w obecności dziecka nie powinni nigdy krytykować się wzajemnie i kwestjonować swych poczynań pedagogicznych. Wszystkie kwestje sporne powinny być omówione w ten sposób, by w stosunku do dziecka rodzice występowali zawsze zgodnie.

Dziecko, gdy stanie się człowiekiem, oceni krytycznie czyny rodziców, lecz dopóki jest małe, winno widzieć w obojgu rodzicach bezwzględny autorytet.

Wielkiem jest szczęściem, gdy się idzie w życie z jasnem wspomnieniem dzieciństwa, gdy łączy się w jednym szacunku i umiłowaniu postać ojca i matki. Starajmy się, by dzieci nasze ten jasny obraz miały głęboko wyryty w duszy.

F. Ilkowska.

Cywilna odwaga

Zdaje mi się, że gdyby duchem wielcy wszystkich czasów oraz wszystkich narodów, mieli sąd o tem wydać, która z cnót obywatelskich jest najwznioślejszą, złote jabłko wybranki otrzymaćby musiała c y w i l n a o d w a g a!

Ona jedna jest siłą, ona ma wolę, wyraz, niezachwiane, stanowcze cele.

Historja ludów, historja cywilizacji, obejść się mogą bez pięknych twarzy. Bez cywilnej odwagi nigdy!

Ludzie na stanowiskach, choćby mieli nie wiem jaki majątek i nawet najwyższe studja, jakie może osiągnąć człowiek, bez cywilnej odwagi schodzą w chwilach krytycznych do poziomu prostego zera. Analfabeta, łachmaniarz, jeśli są uzbrojeni w cywilną odwagę, stać się mogą potęgą.

Pewność siebie, pewność swojego sądu i swoich celów jest we wielu wypadkach czemś, co góruje nad wykształceniem.

Wychowując gromadki dzieci, zawsze to miałam na myśli, by w nich wyrobić cywilną odwagę.

Było to w czasie wojny. Bolszewicy tuż blisko i Poznańczykom powierzono obronę tego odcinka ziemi, który przez lato gościł nasz ruchliwy internat. Wojsko napływało jak fala zmieniając wygląd oraz charakter letniska.

Krok w krok postępował za polską armją zew nam nieznany, bohaterski duch wojny.

Którędy szli Poznańczycy tam ludność rzedła. Starzy czy młodzi, dobrowolnie czy przymusowo, wszystko szło do okopów.

— Co będzie z nami — pytały dzieci, bo nie wiedziały o tem, że lat potrzeba aby być w służbie obywatelskiej.

— Pójdziemy, jak wszyscy idą!

Natychmiast poszłam do komendanta i zgłosiłam do pracy nasz całutki internat. Wszystkich, wszystkich, nawet najmniejsze dzieci, nawet te pięcioletnie!

Żołnierz narysował nam linję, wedle której mieliśmy kopać okopy i pracowaliśmy w pocie czoła od świtu do ciemnej nocy. Wtedy przychodziła kontrola i mówiła z uznaniem, że wykonaliśmy pracę 27 dorosłych ludzi! Było nas jednak 170. Okopy nasze należało tylko pogłębić, bo dzieci nie umiały tak daleko odrzucać ziemi, ale zresztą robiły jak wszyscy inni.

— To dobrze — mówił zadowolony komendant — pragnę oszczędzić moich chłopców, bo kto wie, jaka męka jutro ich czeka.

Wieczorem przychodzili po nas żołnierze, na łopaty sadzali najmniejsze dzieci i nosili je do domu. Był to dziecinny marsz triumfalny, któremu towarzyszyły miłe piosenki. Wychowankowie moi byli wywyższeni za pracę.

Pewnego dnia żołnierze zagnali przemocą do okopów staruszka żyda, handlującego śledziami, który był na wpół ciemny. Starzec się słaniał, nie mógł dźwignąć łopaty i niepokoił się bardzo o swoją trzechletnią wnuczkę, której był jedyną opieką i karmicielem i którą samą w domu zostawił. Myśmy go dobrze znały, bo całe lato on nam towar dostarczał.

— Proszę pani — błagały mnie moje dzieci — niech go pani uwolni, będziemy pracowały za niego!

— Ja i uwolnić? Przecie nie służę w wojsku!

— Proszę pani, ależ ten człowiek pada!

Tak, wiedziałam, że to nie była komedja, starzec był ciężko chory, cud, że jeszcze chodził po świecie, utrzymywała go chyba ciężka troska o wnuczkę.

— Niech go pani uwolni! — I dzieci nieprzywykłe do tego, poczęły mnie nagle całować po rękach.

— Czyja to myśl, by pracować za starca?

Dwie pięcioletnie dziewczynki podbiegły ku mnie:

— Moja!

— I moja!

— Myśl waszą musicie teraz same wykonać! Same idźcie do komendanta, same się wstawcie za staruszkiem. Znacie drogę?

— Tak znamy!

Było właśnie południe. Odłożyłam na chwilę łopatę, by wskazać dziewczynkom czerwony dach komendy. Jakby na dane hasło i one także odrzuciły swoje łopatki. Dla dodania sobie otuchy, obie chwyciły się za ręce i poszły zwracając się ku mnie co chwila. Wyjęłam z kieszeni chustkę, one także wyjęły swoje bia-

le chusteczki i poczęłyśmy do siebie powiewać. Szły, szły i doszły. Gdy stanęły przed gmachem, każda z nich położyła jedną rączkę na klamce a drugą przesłała mi z oddali całusa i weszły.

Chwil parę całkiem nie mogłam pracować. We drzwi patrzyłam i czekałam na moje dzieci. Trwało to... trwało... Zanim wyszły, wybiegła z domku, krytego czerwoną cegłą, wieść o ich cywilnej odwadze. Jakże dumną byłam z tych moich dziewczynek! A wieść biegła i biegła, opływała szeregi wojska i cichem, ale stokrotnem echem rozbijać się poczęła o lasy.

— Z tych będą ludzie — szepnęli żołnierze.

Nagle patrzaj! Szeroko rozwarły się drzwi domku w który byłam wpatrzona i stanął w nich komendant. Na prawem ramieniu trzymał jedną moją dziewczynkę, na lewem drugą. U starszej widniała w rączce kartka zwolnienia.

W jednej chwili otoczył ich rój żołnierzy. Pełno, pełno szarych mundurów, cała moc ludzi, synów, ojców i braci, którzy patrzą na komendanta z miłością i uwielbieniem.

— Żołnierze, salutować! — powiedział, a gdy szedł z niemi coraz dalej i dalej, raz za razem powtarzał rozkaz:

— Salutujcie tym małym za ich serce i za odwagę!

— — — — — — — —

Starzec odszedł uradowany. Pozostała po nim łopata nie spoczywała ani chwili. Punktem honoru dzieci było darować jedną przerwę na korzyść pracy starca, który je błogosławił.

W parę dni później letnisko zostało ewakuowane i musieliśmy je opuścić.

— Lepiej iść na wojnę niż uciekać, mówiły do mnie wstydem spłonione dzieci.

Wkrótce potem święciliśmy Cud nad Wisłą.

W dużej, rekreacyjnej sali internatu, zebrało się moc gości i wszyscy swoi.

Zabrzmiał dzwonek. Do stolika okrytego zielonem suknem przywołałam owe dwie pięcioletnie dziewczynki, które zwolniły nawpółciemnego z ciężkiej pracy w okopach. Wszyscy obecni wstali. Na stole leżała „Złota Księga". Na jednej karcie, dużemi, wyraźnemi literami ktoś napisał:

„Za cywilną odwagę!"

Na tej to stronie obie dziewczynki położyły chude swoje rączyny a ja je obrysowałam. Nie umiały się bowiem jeszcze podpisać.

Gdy odchodziły od stołu, goście bili im brawo, a echo z kochanego letniska przewiało do nas z bardzo, bardzo daleka dobrą wróżbę żołnierzy:

— Z tych będą ludzie!

Jakiś wojskowy, który był właśnie w naszej sali rekreacyjnej, podniósł rękę i salutował.

— Tak jak tamci...

— Całkiem jak wtedy — powiedziała jedna dziewczynka do drugiej i zawstydzone, spuściły obydwie oczy.

F. Łazarusówna.

Ćwiczenia mięśni

DZIECI W WIEKU 3 — 6 LAT.



Rys. 1.

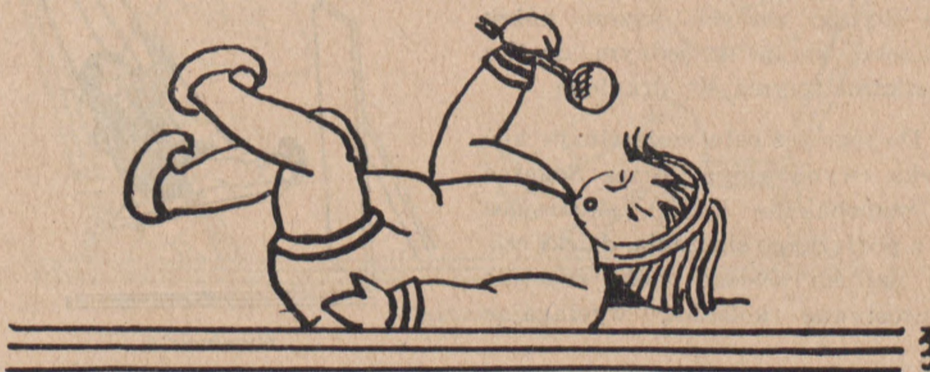
Dobrem i najnaturalniejszem ćwiczeniem będzie chodzenie dziecka na czworakach oraz tarzanie się po ziemi.

Można ćwiczenie to przeprowadzić pod postacią zabawy „w psa" lub „kota", dla urozmaicenia połączonej z wydawaniem odpowiednich okrzyków: „hau! hau!" lub „miau! miau!". Rys. 1 i rys. 2.

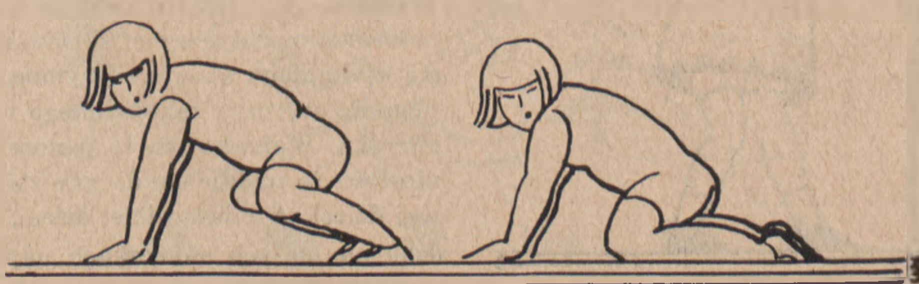
Zabawa w żabkę rys. 3, która polega na tem, że dziecko opiera ręce na ziemi, przykurcza nóżki w skoku i stawia je tuż przed rączkami. Następnie dopiero przesuwa rączki i ponawia skurcz nóżek.

Zabawa w bociana rys. 4, która polega na podnoszeniu jednej nóżki usiłowaniu utrzymania równowagi stojąc na jednej nóżce. Można próbować skakać wprzód i tył.

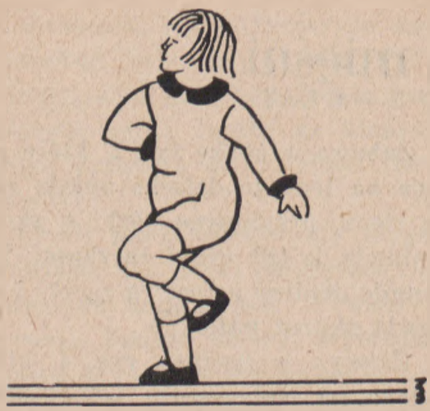
Oprócz tego do ćwiczeń mięśni może służyć przyrząd bardzo prosty rys. 5, zrobiony z dwóch bardzo prostych drążków lub nawet drutów. Na jednym drążku lub drucie dziecko



Rys. 2.



Rys. 3.



Rys. 4.

może postawić nogi, a o drugi zaczepić rękoma. W ten sposób może się posuwać wprawo i lewo nie obciążając zbytnio słabych jeszcze nóżek. Dziecko, stojąc na jednym drążku, rączkami trzyma się drugiego

Do tego też celu może służyć huśtawka (wynaleziona przez Seguine na wzmocnienie kolan), składająca się z podłużnego siedzenia, dzięki czemu dziecko siedząc może zupełnie wyprostować kolanka, wyciągając



Rys. 5.

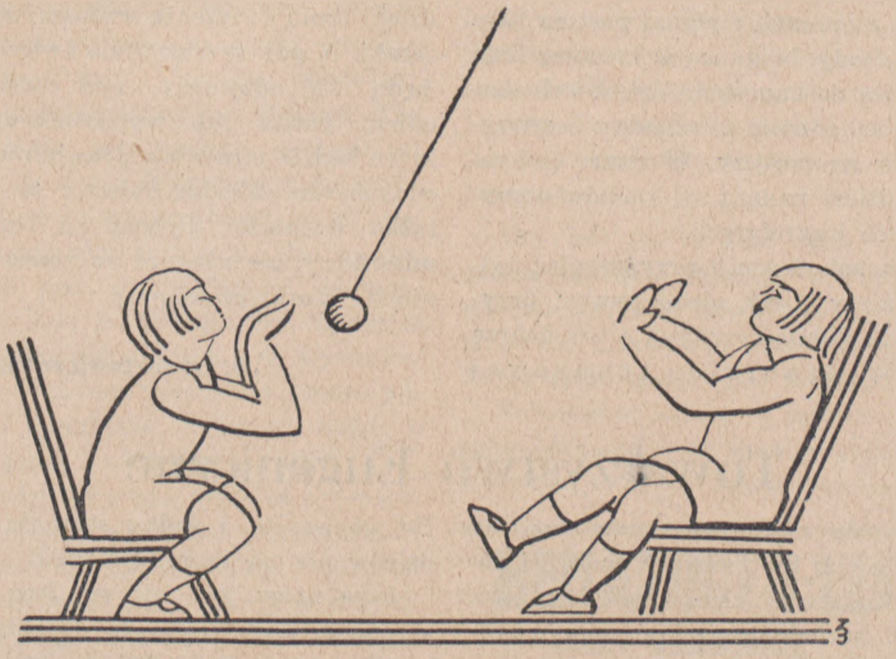
nóżki wzdłuż deski. Huśtawka zawieszona jest na sznurach i może być wprawiana w ruch przez uderzenie nogami dziecka w pionową, nieruchomą deskę umieszczoną przed huśtawką, a służącą za punkt oparcia przy rozbujaniu się. Owa deska jest pewnego rodzaju odskocznią. W ten sposób kończyny dziecka wzmacniają się przez gimnastykę, która zaoszczędza nogom dźwigania ciężaru tułowia. Patrz rysunek 6.



Rysunek 6.

Do ćwiczeń górnych członków kręgosłupa oraz do kształcenia jednoczesnego oka(przez przyzwyczajanie go do oceny odległości i szerokości ruchów) służy wahadło. Rys. 7. Wahadło jest również prostym przyrządem gimnastycznym, składającem się z długiego sznura, przymocowanego do sufitu, a zakończonego małą piłeczką. Wahadło ma tę jeszcze doniosłość, że nadaje się do gry zbiorowej dzieci. A mianowicie, dzieci, siedząc na małych stołeczkach naprzeciw siebie, usiłują przerzucać piłeczkę

sobie nawzajem. Grę można urozmaicić przez wprowadzenie pewnego rodzaju konkursu lub fantów. Lecz zarówno konkurs jak i fanty należy bardzo oględnie stosować, szczególnie wśród młodszych dzieci.



Rysunek 7.

Do zbiorowej też gry nadaje się zabawa, polegająca na przestrzeganiu kierunku t. zw. s z n u r. Chcąc nauczyć dzieci chodzić w pewnym kierunku lub biegać, należy oznaczyć dzieciom kierunek kredą, węglem lub cienką brózdę. Zabawa ta nadaje się szczególnie do przeprowadzenia zimą, rys. 8, kiedy spadnie śnieg. Nakazuje się wtedy dzieciom chodzić tak regularnie ,aby ślady ich nóg były równomierne. Można też kazać dzieciom, idącym ztyłu, trafiać nóżkami akurat w ślady ich poprzedników,



Rysunek 8.

albo przeskakiwać je. Można nakazać pochód o małym rozkroku nóg lub większym. I tu można zastosować pewnego rodzaju konkurs.

Bardzo pożytecznym też przyrządem są schody kręte. Powinny to być małe, drewniane schody o niskich stopniach i jednej poręczy. Takie schody, biegnące w krzywej linji posłużą do nauczenia dzieci wchodzenia i schodzenia ze schodów bez trzymania się poręczy. W miarę ćwiczenia, dzieci nauczą się ruchów obmyślanych i zgrabnych.

Na zakończenie przypomnieć tylko należy o tak nieodzownym przyrządzie gimnastycznym, a tak dobrze znanej drabinie sznurowej (trapez). Przyrząd ten ma wielostronne zastosowanie. Bądź to służy dziecku do wskakiwania i zeskakiwania, bądź też do wspinania się wgórę, do przechylania się wtył i przód bez tracenia równowagi. Dziecko nauczy się chwytać dłońmi szczeble i powoli dzięki temu ćwiczeniu wzmocni słabe rączki. A gdy te wszystkie ćwiczenia będą się odbywały pod czujnem okiem matki lub wychowawczyni, która będzie pilnowała prawidłowego oddychania dziecka, zabawy te nietylko dodatnio wpłyną na rozwój mięśniowy, ale również na rozszerzenie się klatki piersiowej.

S. Lewartowiczówna.

Towarzystwo Eugeniczne

Każda matka marzy o tem, by dziecko jej było zdrowe, mądre i dobre. Poświęca dziecku wszystką swą myśl, uczucie i nieskończone wysiłki.

Niestety, nie zawsze z dobrym skutkiem.

Częstokroć dziecko rodzi się wątłe, chorowite, i żadne starania rodziców nic na to nie pomogą.

Inne znów jest zdrowe, lecz źle się uczy. Zaganianie do odrabiania lekcji, pomoc korepetytora, zmiana szkoły — nic nie pomaga. Dziecko jest poprostu niezdolne. Przyniosło ze sobą już tak skonstruowany mózg.

Lecz największem nieszczęściem rodziców jest dziecko niedobre. Dokuczliwe, mściwe, krzykliwe, kłamliwe, mające złe skłonności dziecko. Ileż to łez gorzkich, bezskutecznych wyciska ono z ócz bezbronnej i bezradnej w tym wypadku matki!

Tak, trzeba to stwierdzić: dziecko przynosi ze sobą na świat zdrowie, rozum i dobry lub zły charakter. Jest to dziedzictwo po rodzicach. Niewątpliwie, nieumiejętne obchodzenie się rodziców z dzieckiem może dziecku dużo złego przynieść, może spaczyć jego charakter i nie dać się rozwinąć jego przyrodzonym zdolnościom. Jest jednak faktem, że rodzą się często dzieci trudne do wychowania — tak pod względem fizycznym jak i moralnym, rodzą się ludzie o mniejszej i większej wartości.

Rodzi się u nas przecież nie większy odsetek chorych, zbrodniarzy i idjotów, niż gdzieindziej. Dążeniem naszem jednak powinno być zmniejszenie tego odsetka ludzi niższego gatunku. Ale u nas bardzo mało myśli się o potomstwie przy zawieraniu małżeństw.

A rezultat?

Chorzy mężowie niszczą zdrowie żony i płodzą chorowite, anemiczne, do życia niezdolne dzieci. Alkoholicy, przysparzają światu idjotów, zbrodniarzy i prostytutki. Rodzą się nieszczęsne dzieci — kaleki: niewidome i głuchonieme. Procent genjalnych ludzi na świecie zmniejsza się z każdym nieomal rokiem. Miejsce ich zajmują ludzie przeciętni, małozdolni. Obniża się wartość narodu całego, tak pod względem fizycznym, jak i moralnym.

Czy jest na to jaka rada? Czy można zabronić ludziom, o których wie się zgóry, że spłodzić mogą dzieci chore, głupie lub przestępcze, by dzieci tych wogóle nie płodzili?

Świadomy jednak i inteligentny człowiek zastanowić się powinien głęboko nad tem, czy ma prawo wydać

KONKURS

Magistrat miasta Brześcia nad Bugiem ogłasza niniejszem KONKURS na stanowisko Kierowniczki Miejskiej Szkoły Zawodowej z obowiązkiem Kierownictwa istniejącą przy szkole bursą dla uczenic.

Od kandydatek na to stanowisko, wymagane jest stosownie do rozporządzenia Ministra Pracy i Opieki Społecznej z dnia 10. X. 1927 r. o kwalifikacjach kierowników zakładów opiekuńczych, wykształcenie ogólne seminaryjne nauczycielskie, względnie w zakresie 7 oddziałów szkoły powszechnej i fachowe dla wychowawców internatowych. Prócz tego wymagana jest odpowiednia kilkuletnia praktyka.

Wynagrodzenie według umowy, zależnie od kwalifikacyj.

Oferty wraz z odpisami świadectw szkolnych, zdrowia, dotychczasowej pracy, obywatelstwa, z własnoręcznie napisanym życiorysem nadsyłać należy do **Magistratu w terminie do dnia 20. IV. 1929 r.**

K. Goszcz.
Referent Osobowy.

T. Całuń.
Prezydent m. Brześcia n/B.

na świat dziecko — czy jest do tego zdolnym tak pod względem fizycznym, jak i moralnym.

Kto zaś nie może zdać sobie z tego jasno sprawy, powinien zasięgnąć porady lekarza. Jest u nas przecież specjalna instytucja, która porad przedślubnych udziela. Jest to Polskie Towarzystwo Eugeniczne, mające swój lokal przy ul. N.-Świat 1.

R. Rudzińska.

ODPOWIEDZI NA LISTY RODZICÓW

1. **Pani Eugenji Sadowskiej.** Swe 6-cio miesięczne dziecko powinna obecnie Pani karmić 5 razy na dobę, w odstępach 3½ godzinnych. 4 jedzenia mieszanki w ilości 180 gr. na porcję (120 gr. mleka, 60 gr. kleju owsianego z dodatkiem 2 łyżeczek od herbaty cukru) i raz dziennie porcję kaszy manny i jarzyn. Kaszkę w ilości 2 łyżeczek od herb. gotować na wodzie do zupełnego ugotowania i otrzymania 150 gr., wówczas dodać ½ łyżeczki masła i 1½ łyżeczki cukru. Z jarzyn dziecku można podawać marchew, buraczki, szpinak, jarmuż. Jarzyny muszą być dobrze ugotowane, przetarte i zaprawione masłem i cukrem do smaku. Porcja jarzyn wynosi, stopniowo od 1 — 6 łyżeczek od herbaty. Soki podawać można dziecku w ilości 4 — 5 łyżeczek herb. na dobę. Zaparcie prawdopodobnie ustąpi z chwilą podania dostatecznej ilości jarzyn.

2. **Pani Helenie Smolnikowej.** 2-miesięczny synek Pani ma śliczną wagę i wzrost. Należy go racjonalnie odżywiać, ażeby w dalszym ciągu rozwijał się równie ładnie. Musi on jadać tylko 6 razy na dobę, w odstępach 3 godzinnych t. j. pierwsze jedzenie o 6-tej rano, ostatnie o 9-tej wieczorem. Mieszanka w ilości od 120 — 140 gr. na porcję (mleko pół na pół z wodą z dodatkiem 1½ łyżeczki od herbaty cukru na 100 gr. mieszanki). W razie pragnienia można dziecku podawać przegotowaną wodę z dodatkiem cukru (1 łyżeczka od herbaty cukru na 100 gr. wody). W końcu 3-go miesiąca życia można przejść na mieszankę — 2 części mleka, 1 część kleju owsianego z dodatkiem 1½ łyżeczki herb. cukru na 100 gr. mieszanki. W tym też okresie dziecku można będzie zacząć podawać surowe soki z owoców lub jarzyn, stopniowo w ilości od 1 — 3 łyżeczek od herbaty.

3. **Pani Franciszce Liebfeldowej.** Odpowiedź została umieszczona w 6-tym numerze M. M. b. r.

4. **Pani Marji Kwaśniewskiej.** Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

5. **Pani Helenie Kwiecińskiej.** To samo.

6. **Pani H. Dąbrowskiej.** To samo.

7. **Prenumeratorce W. F.** 13-to miesięczna córeczka Pani powinna jadać obecnie 4 razy dziennie w odstępach 4 godzinnych. Ilość mleka, którą można jej podawać wynosi 400 — 500 gr. dziennie. Pozatem powinna dostawać bułeczki, sucharki, biały chleb, kaszki, zupy, jarzyny, owoce.

Śniadanie — herbata z mlekiem, kakao owsiane lub kawa zbożowa na mleku, bułka lub sucharki.

Obiad — zupa dość gęsta z kaszką i jarzyną, na drugie danie kisiel, galaretka, kompot względnie jakaś jarzyna.

Podwieczorek — 100 gr. mleka, kefir z sucharkiem, keksem lub biszkoptem oraz owoce.

Kolacja — kaszka na mleku (manna, krakowska, ryż, tapjoka, owsiana).

8. **Pani J. Małachowskiej.** Zęby dziecka w tym wieku należy czyścić małą miękką szczoteczką oraz kredą. O wycięciu migdałków może zadecydować tylko lekarz domowy dziecka. Częste moczenie można uregulować tylko na drodze wychowawczej. Do diety synka Pani należy wprowadzić mięso. Kolacja musi być sucha, a więc można dawać: ryż z marmoladą lub konfiturą, jabłka smażone w cieście, kluski w najrozmaitszyh postaciach.

9. **Pani I. V.** Za nadesłane tematy dziękujemy, poruszają one kwestje

aktualne, niektóre z nich są już w opracowaniu. Vigantol można podawać tylko z polecenia lekarza. Cytryna przy gotowaniu traci część witamin, jednakże nie ma to znaczenia dla dziecka prawidłowo odżywianego.

10. **Pani Zofji Arliczowej.** Mimo sapki dziecko może być kąpane. Na sapkę należy stosować borną wazelinę. W razie, gdyby sapka utrzymywała się uporczywie, lepiej będzie zwrócić cię z tem do lekarza. Dziecko swe Pani powinna karmić 6 razy na dobę, przyczem trzeba zwrócić uwagę, czy dziecko prawidłowo przybywa na wadze. Zaparcie jest częstym objawem głodzenia.

11. **Pani Janinie Stasiakowej.** W pierwszym rzędzie musi Pani ustalić, ile pokarmu wypija 3 tygodniowe dziecko Pani na porcje i ile ogółem na dobę. Ustalić to można najlepiej za pomocą ważenia dziecka, przed i po karmieniu, chociażby na zwykłej talerzowej wadze. Dziecko powinna Pani karmić regularnie tj. co 3 godziny, narazie 7 razy na dobę o 6, 9, 12, 15, 18, 21 i 24 godz. (W drugim miesiącu należy karmić tylko 6 razy). Godzin powyższych należy ściśle przestrzegać, a więc jeśli dziecko śpi — budzić je ,a jeśli krzyczy — przetrzymać. Dziecko w tym wieku jadać powinno około 600 gr. na dobę. Waga może ustalić, czy otrzymuje dziecko dostateczną ilość pokarmu. Gdyby okazało się, iż pokarmu jest mało, należałoby dokarmiać.

Zapytuje Pani, czy można dziecko na kilka godzin opuścić — odpowiedź nasza brzmi — tylko w wyjątkowo ważnych wypadkah.

Nie należy dziecka przyzwyczajać ani do ssania smoczka ani palców.

Czkawka i wymioty mogą zależeć od nieregularnego karmienia.

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24.
Konto P. K. O. 14555.

Cena prenumeraty „Młodej Matki": w Warszawie i na prowincji rocznie 14 zł. — półrocznie 7 zł. 40 gr. — kwartalnie 3 złote.

Cena ogłoszeń: wewnętrzne strony okładki: 1 strona 150 zł., ½ strony 75 zł., ¼ strony 40 zł. ostatnia strona i za tekstem o 50% drożej.

Wydawca E. Grocholska. **Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.**

Drukarnia „Kobiety Współczesnej" Marszałkowska 148.

SPIS ARTYKUŁÓW ZA ROK 1927.

Nr. 10. Masaż brzucha u dzieci.
Nr. 14. Bańki.
Nr. 16. O stosowaniu lawatywy u dzieci.

DZIAŁ PEDAGOGICZNY.

Nr. 1. O wychowaniu — Poznaj twoje dziecko — **H. Boguszewska.** Bibljoteka matki — **S. Szuchowa.**

Nr. 2. O wychowaniu — Uszanuj indywidualność dziecka — **H. Boguszewska.** Ploteczki macierzyńskie.

Nr. 3. Matka i dziecko — **Cz. Wojeńska.** Ploteczki macierzyńskie. Swoboda — **W. Kujawski.**

Nr. 4. Podziwianie dzieci — **S. Szuchowa.**

Nr. 5. Czy są dzieci, z któremi rodzice nie mogą dać sobie rady — **Dr. A. Klęsk.**

Nr. 8. Naśladownictwo u dzieci — **Dr. A Klęsk.** Szkoła kłamstwa. Dziecko miejskie, a przyroda — **H. Boguszewska.** Złote myśli o wychowaniu.

Nr. 9. Dziecko Skandynawskie — **W. Alme.** Dyscyplina w wychowaniu— **C. Coutillard.**

Nr. 10. Uczucie strachu u dziecka — **R. Virion.** Ploteczki macierzyńskie. Złote myśli — **H. Spencer** — **A. Patri.**

Nr. 11. W krainie wschodzącego słońca — **Stefanja Łubieńska.**

Nr. 12. Znaczenie kształcenia uczuć „estetycznych" — **Cz. Wojeńska.** Jurek — **L. Barańska.** Wizyta u babci — **M. Matuszewska.**

Nr. 14. Szkoła pracy — **H. Boguszewska.** Z tragedyj dziecięcych — **Z. Zawisza-Kernowa.**

Nr. 15. Przedziwne praktyki — **S. Bujak-Boguska.**

Nr. 16. Kilka słów o literaturze dla najmłodszych — **H. Górska.** Dziecko jest chore — **Cz. Wojeńska.**

Nr. 17. Przed gwiazdką W dziedzinie książek dla dzieci — **B. S. Kossuthówna.** Jacques Dalcroze — **F. Kutnerówna.**

Nr. 18. W dziedzinie książek dla dzieci — **S. Kossuthówna.**

DZIAŁ OPIEKI SPOŁECZNEJ NAD DZIECKIEM.

Nr. 4. Opieka społeczna nad dzieckiem — **H. Boguszewska.**

Nr. 5. Z moich wędrówek po wsi **S. Bujak-Boguska.**

Nr. 6. Uwagi lekarki o przedszkolach — **Dr. med. Anna Skwarczyńska.** Dom wychowawczy im. ks. Boduena — **H. Boguszewska.**

Nr. 7. Kolonje letnie i półkolonje — **Cz. Wojeńska.**

Nr. 9. W przedszkolu — **H. B.**

DZIAŁ PORAD PRAKTYCZNYCH.

Nr. 1. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.** Kapturek.

Nr. 2. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.** Kaftaniczki spacerkowe dla małych dzieci. Podeszwy domowej roboty — **A. K. Zegar.**

Nr. 3. Worek na pieluszki. Ubranko trykotowe.

Nr. 4. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.** Koszyczek na pieluszki — **A. K.** Fartuszki — **H. Ż.**

Nr. 5. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.** Kojec dla dzieci. Sukienka trykotowa dla dziewczynki.

Nr. 6. Jak nosić dziecko — **Elbe.** Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.** Fartuszki. Zasłonki-podbródki. Ubranko dla chłopczyka 2 — 3 lat na lato. Praktyczne drobiazgi.

Nr. 7. Obuwie dziecięce — **Elbe.** Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.** Pas indyjski.

Nr. 8. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.**

Nr. 9. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.**

Nr. 10. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.**

Nr. 11. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.**

Nr. 12. Jak ubrać dziecko — **M. W.** Praktyczne zabawki — **W.** Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.**

Nr. 13. Śliniaczki. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.**

Nr. 14. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.**

Nr. 15. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.**

Nr. 16. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.**

Nr. 17. Kuchnia niemowlęca — **Lucyna.** Szydełkowe sukienki — **Alina.**

Nr. 18. Zabawki dla naszych dzieci.

BELETRYSTYKA.

Nr. 7. Żniwa — **H. Boguszewska.** Muka.

Nr. 10. Ptaki — **M. Dąbrowska.**

Nr. 14. Dziecko się śmieje. — **W. Hulewicz.**

TABLICE.

Nr. 2. Zegar niemowlęcia.

Nr. 16. Tablica normalnej wagi dziecka do lat 7-u.

Nr. 18. Tablica normalnego wyrzynania się zębów u niemowląt.

„KOBIETA WSPÓŁCZESNA"

ilustrowany tygodnik społeczno-literacki

Prenumerata na rok 1929

ŁĄCZNIE Z DODATKIEM TYGOD. „MÓJ DOM" I TABLICAMI ROBÓT.

W KRAJU: Miesięcznie Zł. 5; Kwartalnie Zł. 14; Półrocznie Zł. 26.

ZAGRANICĄ: w Czechosłowacji i Węgrzech — jak w obrocie wewnętrznym; w innych krajach: miesięcznie Zł 6.50; kwartalnie Zł. 18; półrocznie Zł. 33.

DLA NAUCZYCIELSTWA SZKÓŁ POWSZECHNYCH PRENUMERATA ULGOWA ZŁ. 3.90 MIESIĘCZNIE

UWAGA: Prenumerata winna być regulowana zgóry.

Cena numeru pojedyńczego Zł. 1.50

Dla stałych prenumeratorek tygodnika „Kobieta Współczesna" prenumerata ULGOWA dwutygodnika „START" poświęconego sprawom wychowania fizycznego sportom kobiet, wynosić będzie miesięcznie tylko gr. 60 (zwykła prenumerata „STARTU" wynosi miesięcznie złotych 1).

Adres Redakcji i Administracji

Warszawa, Górnośląska 20

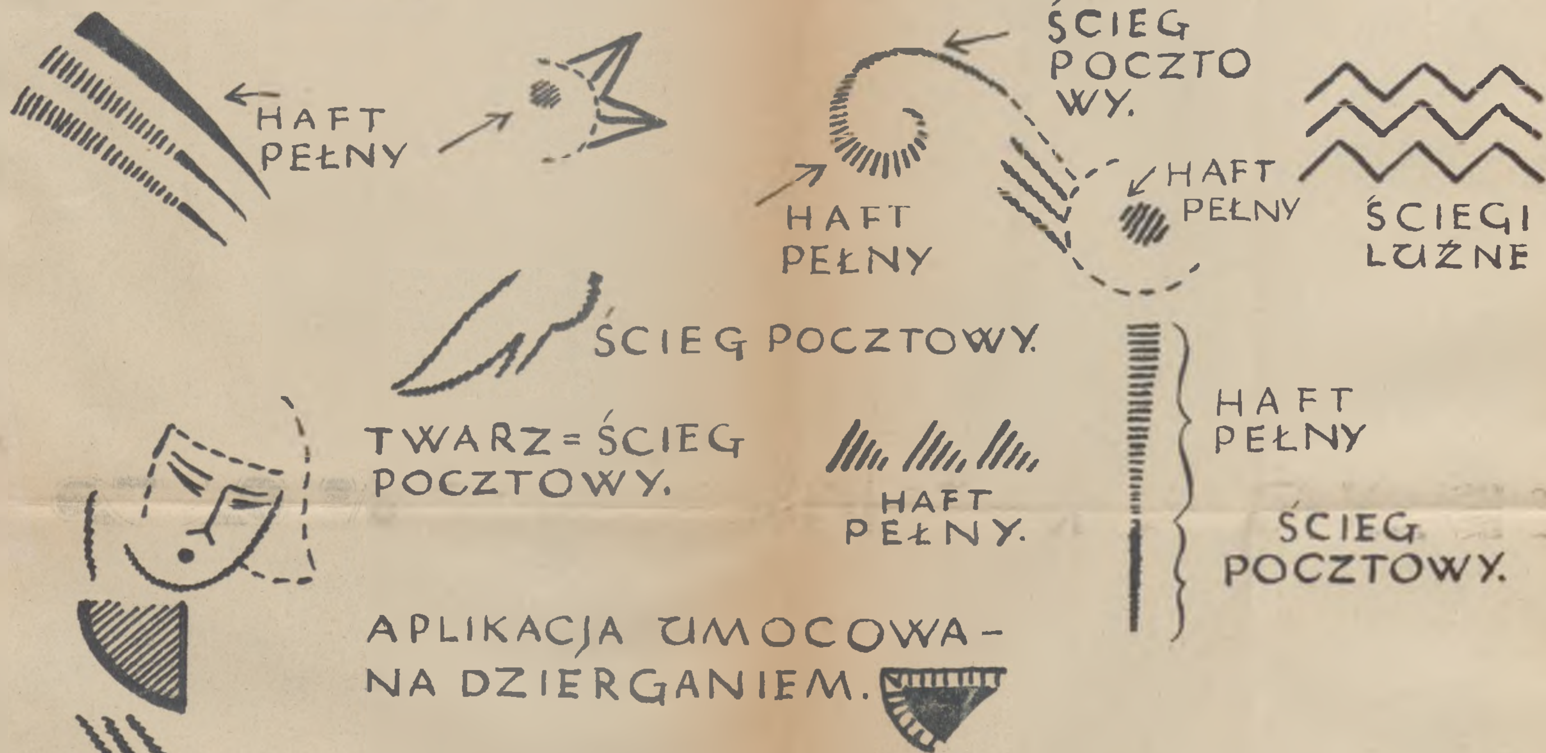
Telef. 401-24 Konto P. K. O. 14560.

Bezpłatne numery okazowe wysyłamy na żądanie.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

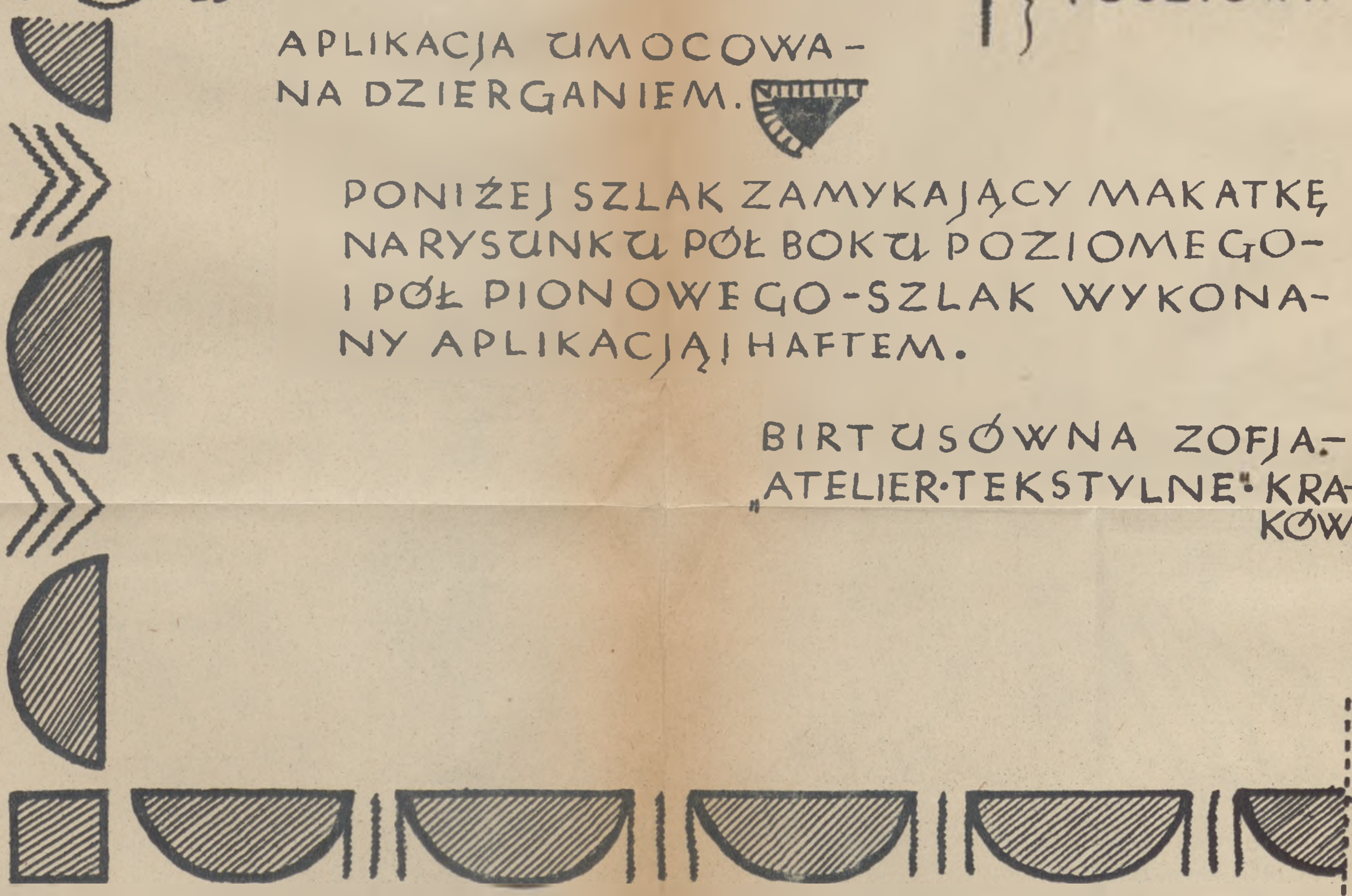
PROJEKT· MAKATKI DO·POKOJU·DZIECINNEGO APLIKACJA·SUKNEM·NA·SZAREM PŁOTNIE

APLIKACJA: JASNY GRANATOWY — JASNY BRONZOWY— AMARANTOWY CIEMNIEJSZY OD POPRZEDNICH.
HAFT: KOLOR J. GRANAT. — NICI C.B.



PONIŻEJ SZLAK ZAMYKAJĄCY MAKATKĘ NA RYSUNKU PÓŁ BOKU POZIOMEGO I PÓŁ PIONOWEGO — SZLAK WYKONANY APLIKACJĄ I HAFTEM.

BIRTUSÓWNA ZOFJA — „ATELIER·TEKSTYLNE" KRAKÓW





DODATEK·DO NR-U 7 DWUTYGODNIKA „MŁODA·MATKA"